

ALIMENTOS AUTORIZADOS POR EL PROGRAMA WIC DE NEW JERSEY

En vigor a partir del 1 de octubre de 2009

No se permiten los alimentos nuevos que se introduzcan al mercado después de esta fecha de entrada en vigor.



La lactancia es el mejor comienzo para el bebé



Esta institución es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.



La lactancia es el mejor comienzo para el bebé

COMIDAS PARA BEBÉS - CARNES

para los bebés de entre 6 y 11 meses de edad que estén lactando a capacidad completa

- La cantidad y el tamaño aparecen en su cheque del WIC
- Variedades de una sola carne o ave en caldo o en salsa

NO SE PERMITEN

No se permiten las combinaciones de comidas para bebés (tales como carnes y vegetales) las cenas para bebés (tales como espagueti con albóndiga); las comidas para bebés con azúcar o sal añadida; las carnes para bebés orgánicas

PESCADO EN LATA

para las mujeres que estén lactando a capacidad completa

- CUALQUIER MARCA **ATÚN CLARO**

Lata de 5 onzas como mínimo envasado en agua solamente
Variedades naturales solamente

SALMÓN ROSADO

Latas de 7.5 y 14.75 onzas envasadas en agua o aceite solamente; variedades naturales solamente

SARDINAS

Latas de 3.75 onzas envasadas en agua o aceite solamente
Puede que contengan espinas y pellejo; variedades naturales solamente

NO SE PERMITEN

El atún albacora, salmón sockeye brillante o salmón rojo; pescado con sabor, con ingredientes añadidos, el pescado en bolsas; en envases de raciones individuales

CEREALES PARA BEBÉS

- La cantidad y el tamaño aparecen en su cheque del WIC
- Cajas de 8 onzas y 16 onzas solamente
- Variedades naturales solamente: Arroz, avena, mezclas de granos, trigo integral

NO SE PERMITEN

Los cereales orgánicos para bebés; cereales para bebés con ingredientes adicionales tales como DHA, fórmula, fruta, yogur o proteínas añadidas

COMIDAS PARA BEBÉS - FRUTAS Y VEGETALES

- La cantidad y el tamaño aparecen en su cheque del WIC
- Cualquier variedad comercializada de comidas para bebés con fruta de un solo ingrediente
- Cualquier variedad comercializada de comidas para bebés con vegetales de un solo ingrediente
- Las combinaciones de un solo ingrediente natural (tales como guisantes y zanahorias)

NO SE PERMITEN

Las comidas para bebés con azúcar, almidón o sal añadidas; las mezclas de comidas para bebés con cereales o las comidas para bebés de postres (tales como el pastel de durazno); las comidas para bebés orgánicas y cualquier variedad de comidas para bebés que contenga DHA o yogur

FÓRMULA PARA BEBÉS

- La marca, el tamaño y el tipo tal y como aparecen en su cheque del WIC.

LECHE

- Leche de vaca natural pasteurizada solamente
- El tipo, tamaño y la cantidad tal y como aparecen en su cheque

- DE MARCA DE TIENDAS LOCALES SOLAMENTE

LÍQUIDA

Desgrasada/descremada
Baja en grasa/de dieta de 1%
Baja en grasa de 2%
Leche entera

EVAPORADA/EN LATA

Desgrasada o entera (latas de 12 onzas solamente)

- CUALQUIER MARCA

LACTOSA REDUCIDA o 100% SIN LACTOSA

Desgrasada/descremada
Baja en grasa/de dieta de 1%
Baja en grasa de 2%
Leche entera

LECHE UPERIZADA (NO PERECEDERA)

Desgrasada/descremada
Baja en grasa/de dieta de 1%
Baja en grasa de 2%
Leche entera

EN POLVO/DESHIDRATADA

Desgrasada/descremada
Baja en grasa/de dieta de 1%
Baja en grasa de 2%
Leche entera

NO SE PERMITEN

La leche "Plus", leche de cabra, leche de arroz, leche con sabor o azúcar añadida, leche cortada, leche a base de cultivo de aci dophilus, leche a base de cultivo de Kéfir, leche orgánica, Leche Klim, mitad crema mitad leche, y leche con calcio añadido

LECHE DE SOYA

- El tipo, tamaño y la cantidad tal y como aparecen en su cheque del WIC

TOFU

- NASOYA Lite Silken Tofu solamente
- Paquete de 16 onzas (1 libra) solamente

NO SE PERMITEN

El tofu con grasa, azúcar, aceite o sodio añadidos, ni el tofu orgánico

¡Consejos útiles!

16 onzas = 1 libra
o
32 onzas = 2 libras

QUESO

- Quesos hechos en los Estados Unidos con 100% de leche de vaca pasteurizada solamente
- Se permiten los quesos con etiquetas que dicen "bajo en colesterol o sin colesterol", "bajo en grasa o sin grasa", o "bajo en sodio o con poco sodio"

- DE MARCA DE TIENDAS LOCALES SOLAMENTE

Paquetes de 16 onzas solo de las siguientes variedades:

Cheddar	Mozzarella semidescremado o entero
Colby	Americano fundido y pasteurizado
Monterey Jack	Suizo

NO SE PERMITEN

Las lonjas de queso envueltas individualmente; los quesos especializados o importados; las comidas de queso; pastas de queso; los productos de queso; quesos con sabor; las barritas de queso; los quesos orgánicos

HUEVOS

- Grado A grandes solamente
- Blancos solamente
- Cartón de una docena solamente

NO SE PERMITEN

Los cartones de 1/2 docena (6 huevos); los huevos cocidos; los huevos gigantes; los huevos extra grandes; los huevos medianos; los huevos criollos, los huevos especializados; los huevos orgánicos; huevos bajos en colesterol; Eggland's Best; huevos de pollos criados sin jaula o a pasto abierto; huevos con omega-3

FRIJOLAS, GUISANTES Y LENTEJAS

- CUALQUIER MARCA **SECOS**

Todas las variedades naturales de frijoles, guisantes o lentejas maduras
Una libra (16 onzas) solamente

EN LATA

Todas las variedades naturales de frijoles, guisantes o lentejas maduras
15.0 - 16 onzas solamente

NO SE PERMITEN

Las habichuelas; los guisantes; las arvejas, tirabeques o judías; los frijoles horneados; frijoles con carne de puerco; frijoles con carne (tales como los frijoles con perros calientes); los frijoles en lata que contengan azúcar, grasas, carnes o aceites añadidos; los frijoles orgánicos; o frijoles en caldo

CREMA DE CACAHUATE

- DE MARCA DE TIENDAS LOCALES SOLAMENTE

- Tarros o botes de 18 onzas solamente
- Se permiten la cremosa y la con trocitos
- Se permiten las variedades bajas en grasas

NO SE PERMITEN

La crema de cacahuates orgánica; crema de cacahuates natural; la pasta de cacahuates; la crema de cacahuates fresca molida o batida; la crema de cacahuates ligada con mermelada, malvaisco, chocolate o miel; la crema de cacahuates con vitaminas y minerales añadidos

PANES DE GRANOS INTEGRALES

- Una libra (16 onzas) solamente

- **ARNOLD**

Pan 100 % de harina de trigo integral molido a la piedra

- **HAUSWALD**

Pan 100% de harina de trigo integral

- **PEPPERIDGE FARM**

Pan 100 % de harina de trigo integral molido a la piedra
Pan 100% de harina de trigo integral suave en rebanadas delgadas
Pan de centeno integral con semillas

- **PATHMARK**

Pan 100% de harina de trigo integral

- **SHOPRITE**

Pan 100% de harina de trigo integral

- **STERN'S**

100% de harina de trigo integral
Bolillo 100% de harina de trigo integral - 8 piezas
Selecciones de panes de granos integrales

- **STOP & SHOP**

Pan 100% de harina de trigo integral (sin sal)

- **WEIGHT WATCHERS**

Pan de varios granos integrales
Pan 100% de harina de trigo integral
Bolillo de harina de trigo integral - 8 piezas

OTROS PRODUCTOS DE GRANOS INTEGRALES

- **ARROZ INTEGRAL**

Cualquier marca
Una libra (16 onzas) o dos libras (32 onzas) solamente
Arroz integral natural en caja o en bolsa
Puede ser de cocción instantánea, rápida o regular

- **TORTILLAS**

De harina de trigo integral solamente de Chi Chi
Paquete de 16 onzas (1 libra) solamente

NO SE PERMITEN

El arroz integral con azúcar, grasa, o sal añadidas; el arroz integral con otros ingredientes

Llame a la oficina local del WIC si tiene alguna duda o pregunta.

CEREALES PARA EL DESAYUNO

- Cereales naturales en envases de 12-onzas o más
- Todos los cereales con la marca del asterisco (*) son de granos integrales

CEREALES DE MARCA DE TIENDAS LOCALES

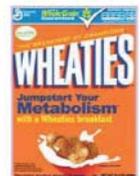
• HOJUELAS DE SALVADO *	• HOJUELAS DE MAÍZ	• CEREALES DE ARROZ	• CEREALES DE AVENA *	• HOJUELAS DE TRIGO *
Best Yet IGA Kemach Shurfine Stop & Shop Taanug	Acme America's Choice Best Yet Flavorite Food Town IGA Kemach Krasdale Parade Pathmark Red & White Richfood Shurfine ShopRite Stop & Shop Super G Taanug White Rose	<u>ARROZ CROCANTE</u> Best Yet IGA Parade Pathmark Red & White Shurfine Taanug White Rose <u>ARROZ CRUJIENTE</u> Food Town Krasdale Pathmark Stop & Shop Super G White Rose <u>ARROZ CROCANTE ESPONJOSO</u> ShopRite	<u>AVENA TOSTADA</u> Acme America's Choice Flavorite Kemach Krasdale Parade Pathmark Rainbow Red & White Richfood Shurfine ShopRite Taanug White Rose <u>AVENA CON OTROS CEREALES</u> Best Yet Food Town IGA Stop & Shop Super G	AVENA INSTANTÁNEA (Regular - 11.8 ounce) Acme America's Choice ShopRite Stop & Shop Kemach

CEREALES DE MARCAS NACIONALES

B & G Foods



General Mills



Kellogg's



Post



Quaker



Homestat Farms



¡Consejos útiles!
16 onzas = 1 libra
32 onzas = 2 libras

No se permite la sustitución de alimentos del WIC permitidos por marcas o tamaños no autorizados. No se pueden usar en otra oportunidad. No se permite el cambio por dinero en efectivo, crédito o devoluciones de los cheques del WIC o los alimentos del WIC. Solo se permiten los tipos, tamaños y cantidades que aparecen en los cheques del WIC.

VALE DE DINERO EN EFECTIVO
Use su Lista de alimentos con vales de dinero en efectivo para escoger las frutas y los vegetales frescos, enlatados y congelados que están autorizados.

JUGO 100%

ENVASE PLÁSTICO DE 64-ONZAS SOLAMENTE

• CUALQUIER MARCA Jugo de toronja Jugo de naranja toronja	Jugo de naranja Jugo de piña
• JUGO DE MANZANA Apple and Eve IGA Musselman's Red and White Shurfine	Flavorite Lucky Leaf Nestle's (Juicy Juice) Seneca Stop & Shop
• JUGO DE ARÁNDANO Northland	Shurfine
• JUGO DE UVAS De uvas blancas Seneca De uvas blancas Shurfine	De uvas moradas Shurfine De uvas moradas Stop & Shop
De uvas blancas Stop & Shop De uvas blancas Welch	De uvas moradas Welch
• JUGO DE TOMATE Shurfine	
• MEZCLAS DE JUGOS Juicy Juice de NESTLE (Cualquier sabor excepto Harvest Surprise)	
NORTHLAND Arándano frambuesa Arándano zarzamora Arándano granada	Arándano uva Arándano mora azul
SHURFINE Arándano manzana	Arándano frambuesa
STOP & SHOP Bayas Jugo de cerezas Simple Juice	Uvas
WEGMANS Manzana uva Uvas blancas arándano	Bayas Uvas blancas durazno

EN CARTÓN DE 64 ONZAS Y REFRIGERADO SOLAMENTE

- **CUALQUIER MARCA**
Jugo de toronja
Jugo de naranja
Jugo de naranja toronja
Jugo de piña

LATA DE 11.5 ONZAS SOLAMENTE (CONCENTRADO NO PERECEDERO Y LISTO PARA SERVIR)

- Concentrado de jugo 100% listo para servir de Welch
- Cualquier sabor

LATA DE 11.5 - 12 ONZAS SOLAMENTE (CONCENTRADO CONGELADO)

- **CUALQUIER MARCA**
Jugo de toronja
Jugo de naranja
Jugo de piña
- **JUGO DE MANZANA**
ACME
Old Orchard
Shop Rite
A&P
Seneca (etiqueta roja)
Shurfine
- **JUGO DE UVAS**
Seneca de uvas moradas
Welch de uvas moradas (tapa amarilla/tirita para destapar)
Welch de uvas blancas (de cualquier sabor) (tapa amarilla/tirita para destapar)

PARA TODAS LAS CATEGORÍAS DE JUGOS ANTES MENCIONADAS

NO SE PERMITEN

Los productos que no son jugo 100% (refrescos, limonadas, néctar, bebidas, Hi-C, cocteles, tornados o twisters, bebidas efervescentes, splashes, ponches, jugos con azúcar, sustituto de azúcar o con DHA/ARA añadido)

Llame a la oficina local del WIC si tiene alguna duda o pregunta.